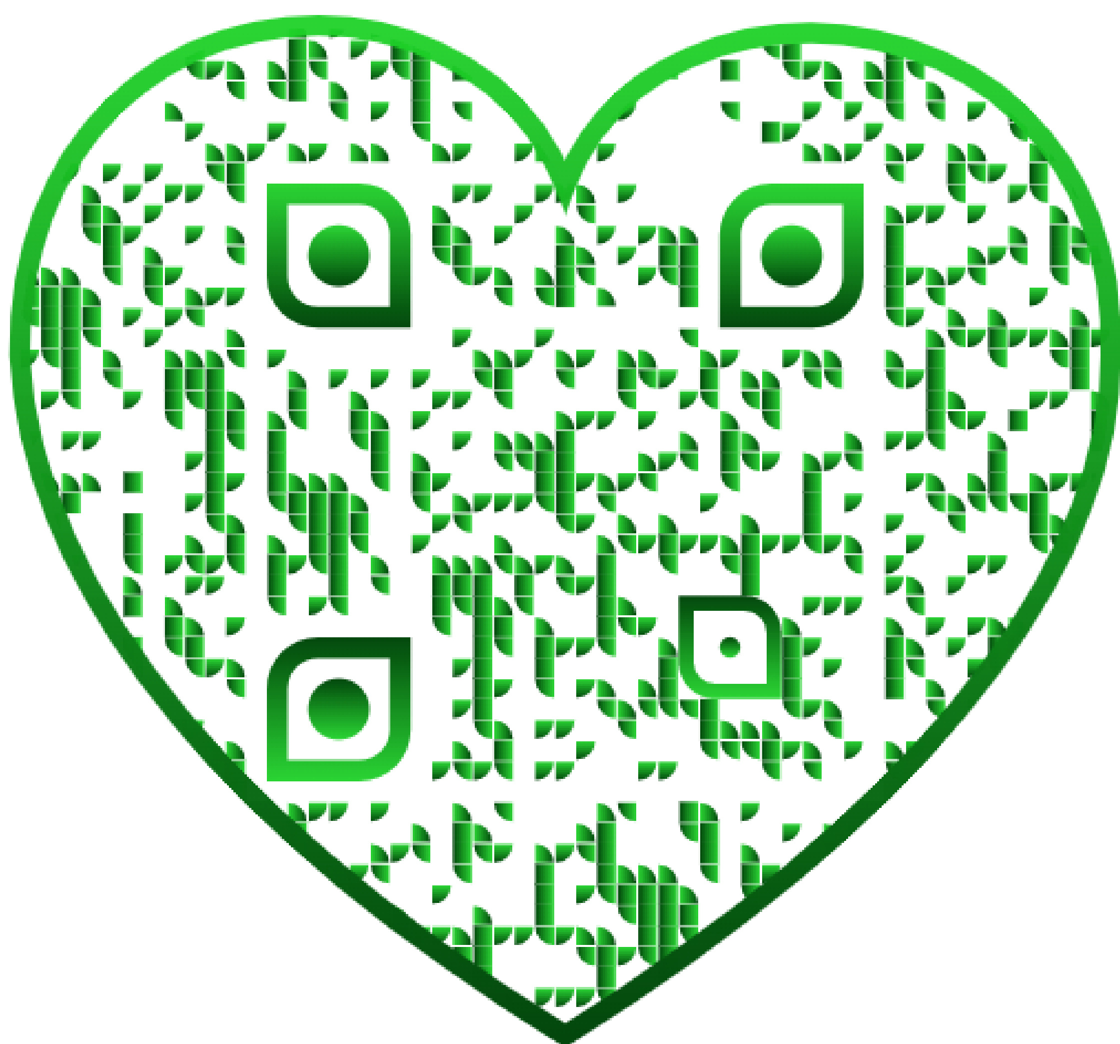


FAZER AMOR

Como fazer do sexo um ato de amor



GARY CHAPMAN



GARY CHAPMAN

FAZER AMOR

COMO FAZER DO SEXO UM ATO DE AMOR

Traduzido por OMAR DE SOUZA

MC
mundocristão
São Paulo

Introdução

"Vamos fazer amor."

"Vamos fazer sexo."

Existe diferença entre as duas coisas? Sim, com toda certeza. Na verdade, há um mundo de diferença entre os dois conceitos.

O sexo é o encontro de dois corpos; o amor é o encontro de duas almas. Quando o sexo surge como resultado do amor, ele se torna uma experiência profundamente emocional e fator de união entre duas pessoas. Quando o ato sexual é encarado como nada além da satisfação das necessidades biológicas, ele não passa mesmo disso; nunca se torna uma experiência definitiva em termos de realização pessoal. Trata-se mais de uma atividade animal do que humana.

Ao longo da história da humanidade, o amor e o sexo sempre estiveram relacionados. No entanto, na cultura contemporânea, amor e sexo se transformaram em sinônimos. O senso comum hoje em dia indica que *fazer amor* significa "fazer sexo". O amor é definido como um sentimento romântico, e o ato sexual é sua expressão lógica. O sexo fora do casamento se tornou tão comum quanto o sexo dentro da união conjugal. O sexo foi separado do compromisso, e agora é visto como uma forma de diversão ou entretenimento casual — algo muito parecido com um passeio na montanha-russa ou qualquer outra atração de um parque de

diversões. Quando a brincadeira acaba, a pessoa já está em busca do próximo brinquedo. Por causa dessa visão do sexo, milhares de pessoas se sentem emocionalmente vazias, ansiando por alguma coisa capaz de lhes preencher a lacuna da alma.

Acredito que a fé cristã, construída sobre a base da fé judaica, oferece uma percepção muito rica no que diz respeito ao ato de fazer amor, e não apenas sexo. Por exemplo, tanto a fé judaica quanto a cristã veem o sexo como dádiva divina. Ambas ensinam que Deus nos forneceu orientações sobre como o homem e a mulher devem relacionar-se em termos de sexualidade.

É interessante constatar como as pesquisas sociológicas mais recentes chegaram às mesmas conclusões encontradas nas antigas Escrituras judaicas e cristãs. Uma dessas conclusões é a de que o sexo dentro do casamento é muito mais significativo e gratificante do que fora dele.[1] Ainda que essa verdade não seja das mais populares na sociedade secular, ela endossa tanto as pesquisas quanto as Escrituras.

O propósito deste livro é analisar os ensinamentos judaico-cristãos a respeito do amor e do sexo, e como ambos estão relacionados. Acredito que o sexo sem amor nunca será totalmente satisfatório, mas o sexo como resultado do amor é capaz de conduzir o casamento a níveis mais elevados de satisfação. Tenho convicção de que milhares de casamentos podem ser potencializados em grande medida conforme os cônjuges aprendem a fazer amor, e não apenas sexo.

Este livro não foi elaborado com a intenção de se tornar um manual abrangente sobre sexo. Meu objetivo é mostrar aos leitores a diferença entre fazer amor e simplesmente fazer sexo. O ideal é que você e seu cônjuge leiam esta obra juntos, respondam às perguntas ao fim de cada capítulo e, em seguida, conversem a respeito de suas

respostas. Se optarem por fazer a leitura dessa maneira, acredito que descobrirão estar no caminho certo para se tornarem amantes no sentido mais amplo do termo.

Se o seu cônjuge, porém, não demonstrar disposição de ler e discutir o conteúdo deste livro ao seu lado, ainda assim valerá a pena você dedicar tempo à leitura. Insisto na importância de seguir as sugestões que proponho nestas páginas. Envolva seu cônjuge nessa jornada. Ofereça a ele a oportunidade de responder de maneira adequada ao esforço que você está fazendo, estimulando, assim, o desenvolvimento da relação conjugal. Tenho plena consciência de que você não pode forçar seu cônjuge a fazer coisa alguma, mas pode exercer forte influência sobre ele ao assumir uma atitude de amor, manifestada por meio de palavras e atos.

Ao escrever este livro, fiz questão de não produzir um texto muito longo porque sei que me dirijo a pessoas bastante ocupadas. É provável que você consiga lê-lo em menos de duas horas. Você descobrirá que a leitura desta obra será um bom investimento de tempo. Ao fim de cada capítulo (e todos são muito breves), você encontrará sugestões práticas sobre como aplicar na estrutura de seu casamento as ideias que ele contém.

Se você deseja satisfação sexual cada vez maior, deve primeiro aprender a amar.

1

Amor e sexo: uma combinação perfeita

Ao contrário do que afirma a crença popular, o sexo não foi inventado em Hollywood. De acordo com os mais antigos escritos judaicos que compõem o Livro dos Começos (Gênesis), Deus olhou para o homem que havia criado e disse: "Não é bom que o homem esteja só; farei para ele alguém que o auxilie e lhe corresponda". A narrativa da Criação prossegue:

> Então o Senhor Deus fez o homem cair em profundo sono e, enquanto este dormia, tirou-lhe uma das costelas, fechando o lugar com carne. Com a costela que havia tirado do homem, o Senhor Deus fez uma mulher e a levou até ele. Disse então o homem: "Esta, sim, é osso dos meus ossos e carne da minha carne! Ela será chamada mulher, porque do homem foi tirada".

Em seguida, o Criador declarou que os dois se tornariam "uma só carne". O relato conclui com estas palavras: "O homem e sua mulher viviam nus, e não sentiam vergonha".[1]

O sexo é uma coisa linda

Com base nesse antigo relato sobre a Criação, os judeus e os cristãos sempre viram o casamento como um relacionamento sagrado,

instituído por Deus, entre o marido e a esposa. A união sexual entre os cônjuges é considerada símbolo vivo do profundo companheirismo que os une. O fato de Adão e Eva estarem nus indica que, a partir da perspectiva divina, o sexo é uma coisa linda.

Ao longo dos textos do Antigo e do Novo Testamento, Deus reafirma repetidas vezes a beleza da relação sexual no contexto do relacionamento conjugal. Apesar de a Bíblia registrar vários casos de poligamia, fornicação (sexo fora do casamento), adultério, homossexualismo, incesto e estupro, tais distorções da sexualidade nunca são aprovadas por Deus. A relação sexual, segundo o ponto de vista de Deus, é um ato de amor que une a alma do marido à da esposa dentro de um relacionamento íntimo e duradouro.

O propósito do sexo

É óbvio que um dos propósitos de uma pessoa se relacionar sexualmente com a outra, no contexto do casamento, é a reprodução. O próprio Deus disse a Adão e Eva: "Sejam férteis e multipliquem-se! Encham e subjuguem a terra!".[2] Maridos e esposas que se amam e expressam esse amor em termos da sexualidade oferecem o contexto mais saudável para educar os filhos. É interessante observar como as pesquisas contemporâneas apoiam esse antigo padrão bíblico.[3]

A procriação, porém, não é o único propósito (nem mesmo o propósito principal) da relação sexual no contexto do casamento. As dimensões psicológica e espiritual do ato de fazer amor são bem mais fundamentais. À medida que o marido e a esposa se entregam um ao outro sexualmente, estão construindo um vínculo psicológico e espiritual que une suas almas da maneira mais profunda possível. Juntos, eles são capazes de enfrentar os desafios

da vida porque são parceiros na dimensão da alma. Nada une um marido e uma mulher de modo tão intenso quanto o ato de fazer amor.

Em contrapartida, se o casal faz sexo sem amor, esse vínculo não tem lugar. Por essa razão, o casal se torna apenas um par de estranhos; com o tempo, a união se dissipará. Para alguns, o divórcio é o ponto culminante desse estranhamento mútuo. Fazer sexo sem amor gera ressentimento e, mais tarde, hostilidade.

Deus deseja que o sexo conjugal seja uma experiência que proporcione grande prazer. Esse prazer não se limita à sensação física do orgasmo. Ele também envolve as emoções, o intelecto e o espírito. A relação sexual dentro do casamento existe para nos proporcionar uma amostra da dimensão divina. Ela envolve a pessoa como um todo, gerando ondas de prazer quando fazemos amor.

Um exemplo antigo

Os livros de poesia hebraica encontrados no Antigo Testamento tentam capturar a essência desse prazer. Aqui estão as palavras que certo homem dirige à noiva:

> Você fez disparar o meu coração, minha irmã, minha noiva; fez disparar o meu coração com um simples olhar, com uma simples joia dos seus colares. Quão deliciosas são as suas carícias, minha irmã, minha noiva! Suas carícias são mais agradáveis que o vinho, e a fragrância do seu perfume supera o de qualquer especiaria! Os seus lábios gotejam a doçura dos favos de mel, minha noiva; leite e mel estão debaixo da sua língua. A fragrância das suas vestes é como a fragrância do Líbano [...] Você é uma fonte de jardim, um poço de águas vivas, que descem do Líbano.

A noiva responde dizendo: "Que o meu amado entre em seu jardim e saboreie os seus deliciosos frutos".[4] Pouco depois, a esposa diz o seguinte a respeito do marido:[5]

> O meu amado tem a pele bronzeada; ele se destaca entre dez mil. Sua cabeça é como ouro, o ouro mais puro; seus cabelos ondulam ao vento como ramos de palmeira; são negros como o corvo [...] Suas faces são como um jardim de especiarias que exalam perfume [...] Seus braços são cilindros de ouro [...] Suas pernas são colunas de mármore [...] Sua boca é a própria doçura; ele é mui desejável. Esse é o meu amado, esse é o meu querido...

Obviamente, esses amantes da antiguidade encontravam grande prazer em se relacionar sexualmente. Eles estavam descobrindo o significado da expressão "fazer amor", e não apenas "fazer sexo".

Enfatize o que é positivo

Nas passagens que acabamos de ver, observe particularmente como o marido e a esposa enfatizavam as características positivas um do outro.

Contrastando com esse comportamento, os casais de hoje tendem a se concentrar nos aspectos negativos do cônjuge. Embora muitas das características positivas os tenham atraído um ao outro na época em que se conheceram, quando os conflitos começam a surgir, eles se concentram no que é negativo. Essa atitude é verbalizada em frases como: "Não consigo acreditar em como você é preguiçoso!"; "Nunca conheci uma pessoa tão egoísta quanto você!"; "Você é igualzinho ao seu pai. Não foi à toa que sua mãe o deixou!". Tais afirmações provocam mágoa,

raiva e ressentimento. E, em geral, o cônjuge ofendido reage na mesma medida, falando coisas igualmente ofensivas. Quando nos concentramos nos aspectos negativos, fazemos brotar o que há de pior no cônjuge.

Em contrapartida, quando optamos por nos concentrar nas características positivas, estimulamos uma reação positiva. A esposa que diz: "Puxa, você está tão bonito!" provavelmente receberá de volta não apenas um sorriso, mas também comentários positivos sobre sua beleza. O marido que fala: "Obrigado pelo jantar. Estava uma delícia!" estimula sentimentos positivos e de afeto no coração da esposa, que preparou a refeição. Quando nos concentramos nas características positivas e verbalizamos nosso apreço e nossa admiração um pelo outro, criamos um clima favorável para que o sexo se torne uma expressão genuína de amor.

O sexo foi criado por Deus para ser uma experiência de satisfação mútua, por meio da qual o marido e a esposa expressam amor, compromisso e intimidade um pelo outro. É possível que um casal pratique o sexo sem nenhum sentimento de amor, intimidade ou compromisso, mas eles estarão longe do ideal divino. Deus deseja que marido e mulher façam amor, e não apenas sexo.

Colocando os princípios em prática

1. Como você poderia explicar a diferença entre fazer amor e simplesmente fazer sexo?
2. Em uma escala de 1 a 10, sendo 10 a nota máxima, como você classificaria seu sucesso no que diz respeito a "fazer amor"? Em sua opinião, como seu cônjuge classificaria você?
3. O que você gostaria que seu cônjuge fizesse (ou deixasse de fazer) para tornar o relacionamento sexual ainda mais gratificante?

4. O que você poderia fazer (ou deixar de fazer) para tornar o relacionamento sexual mais gratificante para seu cônjuge?
5. Você estaria disposto a compartilhar com seu cônjuge as respostas que deu às perguntas anteriores?



Uma combinação perfeita

Deus se superou quando criou o sentimento do amor entre homens e mulheres, e o sexo como prática definitiva desse amor. Mas como tudo o que Deus criou e estabeleceu, com o tempo desvirtuamos os objetivos do Criador.

Vivendo numa sociedade de extremos, em que ora vulgariza o sexo ora o conserva em tabu, temos dificuldade em desfrutá-lo até mesmo no casamento. Nele, o sexo é capaz de conduzir a relação aos mais elevados níveis de satisfação e estabelecer vínculos psicológico e espiritual únicos.

Gary Chapman atesta que o sexo, quando resultante do amor, torna-se não apenas uma experiência profundamente emocional e prazerosa, mas constitui fator de união e, consequentemente, de realização pessoal entre duas pessoas.

No fundo, é isso que todos os casais querem, mas nem todos alcançam. Por isso, Gary Chapman, valendo-se de mais de 30 anos de aconselhamento conjugal, vem ajudar e orientar vocês. Vocês dois. Afinal este é um livro para ser lido a dois, embaixo do lençol.

MC
mundocristão

ISBN 978-85-7325-614-7
9 788573 256147
Casamento
Capa: Julio Carvalho